



Fédération française d'études et de sports sous-marins

Fondée en 1948, membre fondateur de la Confédération mondiale des activités subaquatiques

COMITE INTER REGIONAL PYRENEES-MEDITERRANEE  
Commission Nage en Eau Vive

*Stage Jeunes*  
*du 30 juin au 1er juillet 2007*  
*A Millau*



## COMITE INTER REGIONAL PYRENEES-MEDITERRANEE Commission Nage en Eau Vive

La commission Nage en Eau Vive du comité inter-régional Pyrénées Méditerranée organise **le week-end des 30 juin et 1er juillet 2007 un stage jeunes** sur le bassin artificiel de slalom de Millau.

Ce week-end est ouvert à tous les clubs du Comité PM. L'objectif de ce week-end est de faire **découvrir l'activité aux jeunes de la région mais également de les perfectionner.**

Ce week-end est fait pour les jeunes licenciés, ce n'est pas un week-end d'initiation pour les adultes.

### QU'EST-CE QUE LA NAGE EN EAU VIVE ?

La Nage en Eau Vive consiste à descendre les torrents et rivières à la nage, équipé de palmes, d'une combinaison néoprène, d'un casque, d'un gilet et d'un flotteur. Sport de glisse à part entière, la Nage en Eau Vive est en lien très étroit avec la nature. Les descentes de torrents offrent des paysages grandioses uniquement visibles par la voie de l'eau.

### QUEL EST L'EQUIPEMENT ?



Le nageur est équipé de :

- Flotteur,
- Combinaison,
- Casque,
- Palmes,
- Chaussons,
- Gants,
- Gilet,
- Fixe palmes



### QU'EST-CE QU'UN BASSIN ARTIFICIEL DE SLALOM ?

Un bassin artificiel est une partie de cours d'eau ou un dérivation d'un cours d'eau aménagée pour la pratique des sports d'eau vive (kayak, nage en eau vive, rafting...). Ce sont des tronçons de rivière aménagés où les dangers naturels de la rivière ne sont pas présents.

Sur ces parcours sont disposés en surplomb de la rivière des piquets suspendus à des câbles appelés 'portes'. Ces portes sont disposées pour obliger les pratiquants à respecter des trajectoires. C'est ce que l'on appelle le slalom comme en ski.

**SI VOS JEUNES ONT ENVIE DE DECOUVRIR UNE NOUVELLE ACTIVITE, VENEZ NOUS REJOINDRE  
DANS LE CADRE DE CE WEEK-END.**



COMITE INTER REGIONAL PYRENEES-MEDITERRANEE  
Commission Nage en Eau Vive

## PROGRAMME DU WEEK-END

### Programme du samedi 30 juin 2007

10h : Rdv au niveau de la base d'eau vive de Millau,

10h30 à 12h : Navigation encadrée par des cadres fédéraux :

**Objectif** : faire découvrir l'activité et définir des groupes de niveau pour la navigation de l'après midi,

12h à 14h30 : Déjeuner tiré des sacs,

14h30 à 16h30 : Navigation par palanquées de niveau homogène :

**Objectif** : apprentissage ou perfectionnement des gestes techniques de navigation en passant quelques portes de slalom,

16h30 à 17h30 : Atelier cordes et sécurité (facultatif) :

**Objectif** : apprendre les gestes rudimentaires en cas d'intervention sur un nageur en difficulté,

17h45 : Fin des activités d'eau vive - quartier libre,

19h : Apéritif offert par le comité Inter-régional Pyrénées Méditerranée et projection des photos du jour,

20h : Dîner offert aux participants et aux accompagnateurs,

21h à + : Projection de photos de nage en eau vive effectuée dans diverses régions, pays (Corse, Espagne...).

### Programme du dimanche 1<sup>er</sup> juillet 2007

8h : Petit déjeuner,

10 h : Rdv au niveau de la base d'eau vive de Millau,

10h30 à 12h : Navigation par palanquées de niveau homogène :

**Objectif** : *apprentissage ou perfectionnement des gestes techniques de navigation,*

12h à 14h : Déjeuner tiré des sacs,

14h30 à 16h : Rapide Racing par catégorie d'âge :

**Objectif** : *3 à 4 nageurs de même âge devront descendre le plus rapidement le bassin de slalom, ils devront franchir 4 portes qui seront positionnées dans le bassin. Le vainqueur est qualifié pour la manche suivante et ainsi de suite. Une finale des perdants sera organisée afin d'attribuer des lots à tous les participants,*

16h15 à 16h45 : Remise des récompenses,

16h45 : Dispersion des grenouilles.



COMITE INTER REGIONAL PYRENEES-MEDITERRANEE  
Commission Nage en Eau Vive

## CONDITION DE PARTICIPATION

### Les nageurs devront:

Posséder une licence valide.

Avoir minimum 8 ans et au maximum 16 ans.

Présenter une autorisation parentale (un exemple est présenté en fin du document).

Justifier d'une assurance valide.

Si le nombre d'encadrants n'est pas suffisant pour accepter toutes les personnes inscrites, nous limiterons le nombre de nageurs par club. Vous serez avisés de cette limite en temps et en heure.

### Equipement :

Les nageurs devront porter une combinaison et des chaussons en néoprène, une paire de palmes (si possible sans tuyères). L'utilisation de gants et de fixe palmes est vivement conseillée.

Nous fournirons gilets, casques et flotteurs répondant aux normes de sécurité. Pour faciliter l'organisation, merci de préciser le nombre de casques, gilets et flotteurs que vous pouvez mettre à disposition ainsi que le nombre d'équipements dont vous avez besoin. Merci d'avance de remplir le tableau qui se situe dans les pages suivantes.

### Hébergement :

Les participants et leurs accompagnateurs seront hébergés au Gîte de la Maladrerie situé à proximité du bassin de slalom dans la limite des places disponibles. Si la capacité d'accueil est insuffisante un hébergement dans des mobil homes sera organisé.

### Repas :

Le repas du samedi soir est offert aux participants et aux accompagnateurs.

Les repas du midi sont tirés des sacs des participants et des accompagnateurs.

***Attention, l'encadrement des enfants se limite à la pratique de l'eau vive qui commence lorsque l'on équipe et qui finit lorsque l'on déséquipe les enfants. Les encadrants et l'organisation ne sont pas responsables des enfants à l'extérieur du bassin, les parents ou accompagnateurs sont les seuls responsables.***



COMITE INTER REGIONAL PYRENEES-MEDITERRANEE  
Commission Nage en Eau Vive

Bulletin d'inscription

Désignation | Stage jeunes des 30 juin et 1<sup>er</sup> juillet 2007

CLUB (NOM - N° - ADRESSE - TEL)	Responsable de club (NOM - N° - ADRESSE - TEL)

Participant					
N° licence	Nom	Prénom	Année de naissance	Catégorie sexe	Niveau technique (Brevet)

Ci-joint :

Frais d'inscription participants de : 5 € x ..... personne(s) = ..... €  
Frais d'inscription des accompagnateurs de : 15 € x ..... personne(s) = ..... €  
Total : ..... €

Avant le : **19 juin 2007** A l'ordre de : **Commission NEV CIR PM FFESSM**  
Fiche et frais d'inscription à renvoyer à :  
**DENIS Sophie / 178 chemin du bois / 34160 SAINT-GENIES DES MOURGUES**

Pour tout renseignement complémentaire vous pouvez contacter :  
**Sophie DENIS** : ☎ 06.62.89.01.82 ou ✉ [sophie.denis4@wanadoo.fr](mailto:sophie.denis4@wanadoo.fr)

A bientôt sur l'eau !



COMITE INTER REGIONAL PYRENEES-MEDITERRANEE  
Commission Nage en Eau Vive

Recensement matériel

Désignation	Stage jeunes des 30 juin et 1er juillet 2007
-------------	--

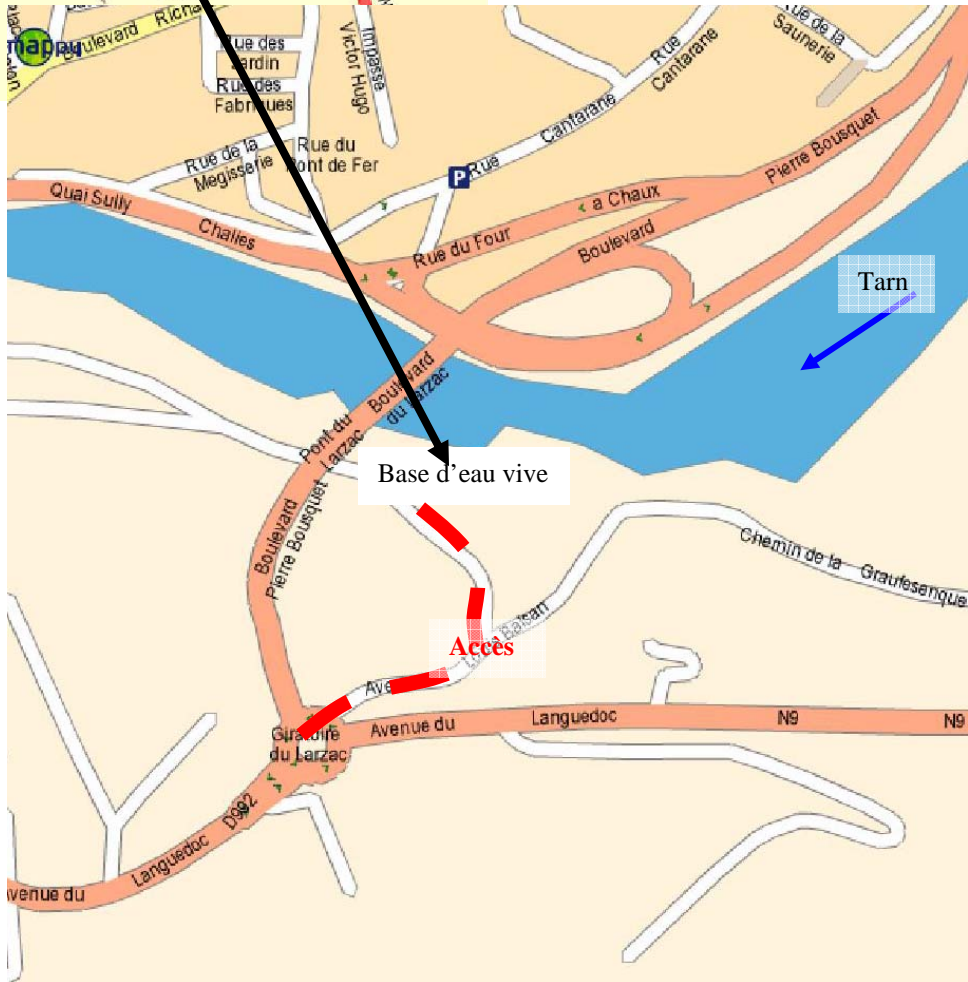
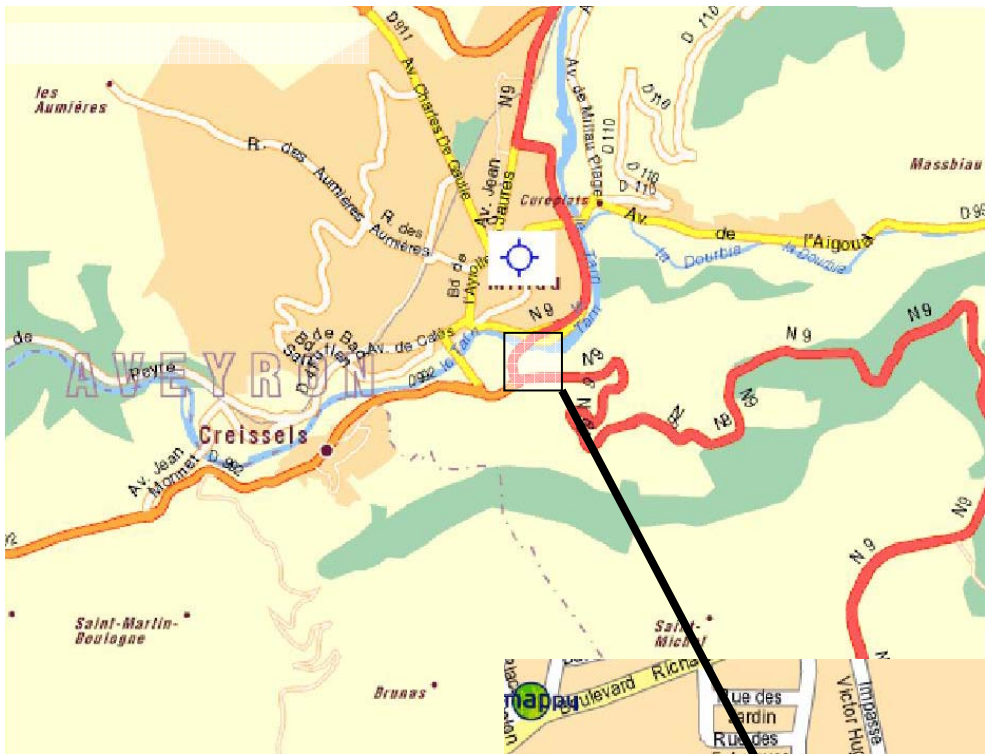
CLUB (NOM - N° - ADRESSE - TEL)	Responsable de club (NOM - N° - ADRESSE - TEL)

	Mes besoins en matériel	Je peux mettre à disposition
Casque		
Gilet		
Flotteur		
Autre		

Remarque : la mise à disposition du matériel est gratuite et aucune rémunération spécifique ne sera effectuée lors du week-end pour le prêt du matériel.

**Cette fiche est à remplir obligatoirement et à joindre au bulletin d'inscription.  
Les dossiers incomplets ne seront pas pris en considération.**

PLAN D'ACCES





Fédération française d'études et de sports sous-marins

Fondée en 1948, membre fondateur de la Confédération mondiale des activités subaquatiques

COMITE INTER REGIONAL PYRENEES-MEDITERRANEE  
Commission Nage en Eau Vive

**AUTORISATION PARENTALE**

Pour la participation au stage jeune des 30 juin et 1er juillet 2007 organisé sur base d'eau vive de MILLAU par la commission nage en eau vive du comité inter régional Pyrénées Méditerranée

Je soussigné(e) Monsieur, Madame ..... née(e) le ..... / ..... / .....

A, ..... domicilié au .....

agissant en qualité de     Père        \_ Mère         Responsable légal ou tuteur

autorise

- mon fils :
- ma fille :
- l'enfant :

Né(e) le..... à, ..... à participer à la manifestation sportive citée en référence.

J'atteste avoir le plein exercice de l'autorité parentale à l'égard de cet enfant mineur.

Cette autorisation est valable du : ..... au .....

Fait à

le

Signature